Все для здоровья.
Здоровье для Вас.

Специализированное информационно-рекламное издание для медицинских и фармацевтических работников

аптечка ЕЛАМЕДа

ЕЛАМЕД 31 год

ОАО «Елатомский приборный завод» - производитель изделий медицинского назначения и медицинской техники для стационаров и домашних аптечек. Год основания 1980-й.

№ 2 (44)-Б

Боль в суставах, появившаяся с возрастом, - чаще всего является симптомом артроза. Это заболевание заметно снижает качество жизни и иногда приводит к операции. Зима для людей с артрозом, пожалуй, самое трудное время года. Почему возникает артроз, чем его лечить и как не дать болезни вывести себя из строя – все эти жизненно волнующие огромное количество людей вопросы – мы сегодня рассмотрим.

ОХ, УЖ ЭТИ СУСТАВЫ!

тема номера

Почему начинается артроз?

Сустав - это своеобразный подшипник, в котором роль скользящего элемента выполняет хрящ. Хрящ - очень плотная, скользкая и прочная ткань. Ткань эта живая, способная расти всю жизнь. И вдруг эта ткань повреждается. Как? – спросите вы – у меня никаких травм не было. Обратите внимание, как дети учатся ходить. Они все время падают, чаще всего на колени, но бывает, что и на попку, на бок, на спину. Это первые травмы в жизни человека. И так далее – всю нашу жизнь мы получаем микровтравмы в суставах, не говоря уже о том, что многие люди и явно травмируются – падают с высоты, попадают в аварии, ломают руки и ноги. При всех этих явлениях хрящевая ткань повреждается. Одни ее участки перестают расти, а другие, наоборот, продолжают свой рост. Те участки, в которых рост клеток прекратился, начинают истончаться, так как отмирающие клетки не восполняются новыми. Истонченный хрящ все меньше защищает головки костей от трения. Другие же участки разрастаются так, что начинают ограничивать подвижность сустава (в народе говорят – отложение солей).

Неравномерно расположенный хрящ (к тому же продолжающий неравномерно расти) – первый признак артроза на рентгеновских снимках. По мере развития процесса проявляются и внешние симптомы, главный из них – боль. Боль возникает потому что из-за неправильного движения сустава начинают травмироваться окружающие его ткани – суставная сумка, связки и мышцы. Реакция организма идет такая же, как на любую другую травму – воспаление, отек, повышение местной, а иногда и общей, температуры. Мышцы вокруг сустава спазмируются, стараясь собой защитить его от дальнейшей травматизации.

Что при этом нужно хрящевой ткани?

Клеткам хрящевой ткани, как и любым другим живым клеткам, необходимо питание и выведение продуктов отхода. Другие клетки организма обычно все это получают при помощи крови, которая приносит питательные вещества и уносит все, что уже не нужно. Но отличие хрящевой ткани сустава в том, что у нее нет собственного кровоснабжения – эта ткань получает все необходимое из синовиальной жидкости, которая находится внутри суставной сумки и омывает хрящ (наподобие младенца в матке). Синовиальную жидкость выделяют стенки суставной сумки. А вот уже из синовиальной жидкости клетки хряща осмотически «насасывают» все им нужное. Но чтобы этот процесс происходил, синовиальная жидкость должна очень активно циркулировать в суставе, т.е. сустав должен ДВИГАТЬСЯ! Вот почему для лечения артроза была открыта лечебная физкультура (ЛФК). Под ее действием синовиальная жидкость активно омывает хрящ, клетки хряща хорошо питаются и соответственно размножаются.



И тут необходимо уточнить. Движения не должны быть любыми, они должны быть специальными – статичными, очень бережными, минимальной амплитуды, без нагрузки на сам сустав. Неправильные движения, а еще хуже бег, прыжки, спортивные упражнения через боль могут нанести глобальный вред суставу и ускорить разрушение его во много раз.

И это все?

Нет. Даже если мы все делаем правильно – нашли хорошего инструктора ЛФК или самостоятельно нашли хороший комплекс лечебных упражнений, добросовестно занимаемся – это еще не гарантия хорошего лечебного эффекта. Вокруг больного сустава – отек и спазм мышц, кровообращение нарушено. Откуда суставная сумка получит необходимые питательные вещества, чтобы передать их синовиальной жидкости? Понятно, что перед тем как заниматься ЛФК, вокруг сустава надо снять отечность и восстановить нормальное кровоснабжение. Для этого применяется физиотерапия, которая действуя мягко, и в то же время целенаправленно прямо на область больного сустава, восстанавливает обычные жизненные процессы во всех окружающих сустав тканях – снимает мышечный спазм, открывает кровеносные капилляры, рассасывает отечность, снимает воспаление.

Подведу итог. Так что же нужно при артрозе, чтобы суставной хрящ восстанавливался? Необходимы три составляющие.

1. Средство, восстанавливающее кровоснабжение вокруг сустава (физиотерапия).
2. Средство, заставляющее сустав двигаться (ЛФК).
3. Полноценное питание самого больного, чтобы необходимые хрящу вещества вообще присутствовали в крови.

При наличии всех этих составляющих восстановить хрящ и вылечить артроз можно даже на поздних стадиях болезни, пока у больного еще сохранен родной сустав и не деформированы кости. Но, конечно, чем раньше будет начато правильное лечение, тем лучше.

Н. А. СТИЦЕНКО
к.м.н., врач-ортопед

Мучительная боль в суставе не даёт уснуть, мешает ходить… Пытаясь избавиться от неё, мы готовы поверить в любое чудо-лекарство. Между тем большинство широко используемых препаратов вовсе не избавляет от артроза, а лишь временно снимают симптомы.

Как лекарства действуют при артрозе?

Нестероидные противовоспалительные средства (НПВС)

При артрозе нестероидные средства (диклофенак, пироксикам, кетопрофен, индометацин, фенилбутазол и т.п.) традиционно применяют для устранения боли и воспаления в суставе. Устранив этими средствами острую боль, врач предполагает впоследствии перейти к настоящему лечению: физиотерапии, ЛФК. Но пациенты, получив временное облегчение, делают выводы, что НПВС лечат заболевание. Многие даже назначают их себе сами. А затем, сняв острые симптомы, успокаиваются. Артроз тем временем продолжает прогрессировать, потому что хрящ продолжает разрушаться. Мало того, в последние годы получены данные о том, что длительное применение НПВС приводит к обезвоживанию хрящевой ткани. В результате уже пораженный артрозом хрящ начинает разрушаться быстрее. Кроме того, НПВС – сильнодействующие препараты со множеством побочных эффектов.

Хондропротекторы

Хондропротекторы (глюкозамин и хондроитин сульфат) считаются веществами, питающими хрящевую ткань и восстанавливающими её структуру. То есть «лекарствами, действующими на причину артроза». На самом деле уже давно выяснилось, что это не так. Первый вопрос – восстанавливают ли хондпротекторы хрящ – изучался в плацебо-контролируемых исследованиях, проведенных в мире с 1980 по 2002 год. И получены однозначные данные – нет. Хондпротекторы не восстанавливают хрящ. Затем ученые озадачились вторым вопросом – оказывают ли хондропротекторы хотя бы обезболивающее действие? В 2002 году было запущено новое исследование, которое организовал Национальный институт здоровья США на государственные средства (т.е. фармкомпании не могли влиять на результаты исследования). Исследование длилось 4 года, в нем приняло участие 1583 человека. Итог исследования: хондпротекторы не обладают ни выраженным, ни сколько либо заметным обезболивающим действием.

Сосудорасширяющие препараты

Сосудорасширяющие препараты (пентоксифиллин, ксантинола никотинат) некоторые врачи назначают при суставных патологиях как раз для улучшения кровообращения в околосуставных тканях. Эти лекарства действительно снимают спазм мелких сосудов и улучшают суставной кровоток. Но многие люди, прочитав список противопоказаний и побочных эффектов, отказываются их применять. И правильно делают. Есть менее вредное и более эффективное средство для улучшения периферического кровообращения – физиотерапия. А из физиотерапевтических средств самое кровоускоряющее – магнитотерапия, которую и назначают грамотные специалисты вместо сосудорасширяющих препаратов.

Мази и гели

Призваны уменьшить боли и облегчить состояние пациента. Конечно же, это симптоматические средства, которые никоим образом не влияют на течение основного заболевания. Да и как симптоматических средств эффективность их ниже, чем у таблеток, т.к. через кожу проникает только 5-7% действующего вещества.

Внутрисуставные инъекции

Чаще всего в сустав вводят препараты кортикостероидных гормонов. Кортикостероиды хороши тем, что быстро подавляют боль и воспаление при синовитах (отёке и припухании сустава). Однако, действуют они не на всех. Если после одной, максимум двух инъекций нет желаемого результата, дальнейшие уколы бессмысленны. Даже если именно на вас кортикостероидные инъекции действуют, нельзя делать такие процедуры часто: гормоны как и НПВС разрушают сам хрящ. Это экстренная мера, после которой должно последовать настоящее лечение. Кроме того, при проколах и без того больной сустав дополнительно травмируется. А также есть опасность вместе с проколом инфицировать больной сустав и усугубить артроз острым артритом.



В последнее время для внутрисуставных инъекций используется еще одно вещество – гиалуроновая кислота. Это – природное смазочное вещество, которое призвано заменить собой «скользящие» свойства разрушенного хряща. И на какое-то время гиалуроновая кислота действительно заменяет в суставе собственную смазку. Но, во-первых, эти уколы – очень дорогие, во-вторых, если не лечить артроз – гиалуроновую кислоту придется вводить в сустав пожизненно. И тут опять всплывает проблема травмирования и инфицирования сустава.

Я не сгущаю краски, и не специально рисую такие мрачные картины относительно лекарственного «лечения» артроза. Практически все врачи, и уже многие пациенты, убедились на собственном горьком опыте, что ЛЕКАРСТВА АРТРОЗ НЕ ЛЕЧАТ. Так как раньше артроз пытались лечить только лекарствами, то возникло убеждение, что артроз вообще не лечится. Из того, что я выше рассказал, понятно – почему. Все лекарства, назначаемые сегодня при артрозе – это симптоматические средства, временно снимающие симптомы. Болезнь же в это время никуда не девается и продолжает прогрессировать. После многолетнего лекарственного «лечения» артроз первой стадии постепенно (а иногда намного быстрее, чем должен) переходит в четвертую стадию и заканчивается операцией либо инвалидностью.

Что можно сделать самому?

Во-первых, нужно как можно меньше увлекаться лекарствами – принимать их минимальное количество, только в острой стадии болезни и только по назначению врача. В идеале, не принимать совсем. Тем более, не заниматься лекарственным самолечением!

Во-вторых, не заниматься физкультурной и спортивной самодеятельностью при больных суставах. Один мой пациент, несмотря на строжайший запрет, стал «лечить» гонатроз утренними пробежками по стадиону, чем за полгода довел ситуацию с коленом до критической (перепрыгнул со второй стадии артроза в четвертую). Нельзя пытаться разработать сустав через боль. Вообще, все, что приносит малейшую боль, делать нельзя – это для сустава вредно.

В-третьих, на больной сустав надо максимально снизить нагрузку. Если есть лишний вес, попытаться его убрать. Как можно меньше ходить и стоять. Не носить тяжести. Ходить с тростью – она разгружает больной сустав. Бегать, прыгать, приседать, катать палки и банки, ползать на коленях – категорически нельзя.

В-четвертых, нужно наконец-то начать ЛЕЧЕНИЕ сустава. Это – физиопроцедуры и лечебная физкультура. Физиопроцедуры направлены на восстановление нормального кровообращения в суставе. Из физиопроцедур я советую применять магнитотерапию. Почему - объясню. В свое время я перепробовал различные методы физиотерапии для лечения артроза, и на собственном опыте убедился в предпочтительности именно магнитотерапии. Во-первых, она - сильное кровоускоряющее средство. Уже в первые секунды применения магнитотерапии местный кровоток возрастает до 300%. Во-вторых, магнитотерапия - не нагрузочна для сердца, поэтому ее можно принимать ослабленным и пожилым пациентам с сопутствующими заболеваниями. А в-третьих, магнитотерапия сегодня доступна даже в домашних условиях - в свобод-

ной продаже есть магнитные приборы, которые не требуют медицинских знаний и могут использоваться любым больным (с одобрения врача). Когда ко мне обращаются за советом - какой магнитный прибор выбрать, я рекомендую выбрать технику, действующую бегущим импульсным магнитным полем - к этому полю не возникает привыкания, а глубина проникновения больше, чем у других полей.

Лечебная физкультура заставляет сустав двигаться и работать, активизирует в нем восстановительные процессы. Важно! Комплекс упражнений должен быть разработан специалистом исходя из состояния конкретного пациента. В крайнем случае, комплекс ЛФК можно взять из книг или других источников, но этот комплекс должен: а) рекомендоваться именно при вашем виде артроза; б) опробован кем-то другим с положительным результатом; в) критически пересмотрен вами, исходя из собственных возможностей; г) вначале применяться очень осторожно и с анализом собственных ощущений.

Эти меры – магнитотерапия и лечебная физкультура, а также меры по снижению вредной нагрузки на сустав – должны стать вашими главными, первоочередными задачами. Не жалейте на них времени и сил. Потому что они помогут Вам сохранить свои суставы от самого страшного.

М. И. САФОНОВ
врач-терапевт

Лечебная физкультура при артрозе

Упражнение 1. «Шалтай-Болтай» (для коленных суставов)

Сядьте на высокий стул или стол, чтобы ноги свободно свешивались. Слегка покачивайте ногами. Амплитуда движений - не более 10 см. Для самых тяжелых больных - 5 минут каждый час, остальным - несколько раз в день по 5-10 минут.

Упражнение 2. «Топ-топ» (для коленных, голеностопных и тазобедренных суставов)

Сядьте на стул, поставьте ступни на пол. Опираясь на носок, оторвите пятку на 1-2 см от пола, затем свободно опустите ее. Отдохните 3 секунды и повторите движение. Если поражены обе ноги, движение выполняется поочередно, с паузой в несколько секунд.

Упражнение 3. «Шлёп-шлёп» (для коленных и голеностопных суставов)

Сядьте на стул, поставьте ступни на пол. Опираясь на пятку, расслабленно, не спеша, шлепайте носками о пол. Приподнимайте носки не более чем на 1 -2 см от пола. Пауза между движениями - 3 секунды.

Важно! Ни одно из упражнений не должно доставлять ни малейшей боли. Если почувствуете боль, прекратите заниматься.

История пациента

Я по профессии - геолог. Постоянные разъезды, резиновые сапоги, ночи в палатке, сырость. В 40 лет пришлось уйти с работы из-за вконец испорченного здоровья. Хронический бронхит, женские проблемы, хронический цистит и больные суставы довели меня до инвалидности. Сколько было потрачено денег на лекарства – уколы, таблетки, мази, сколько использовано народных средств – не перечесть, но постоянные боли, отекшие ноги и руки.

Меня поставила на ноги физиотерапия. Когда я уже совсем отчаялась, то попала к врачу, который назначил мне физиолечение, и за это я буду благодарить его до конца моих дней. Но расскажу все по порядку.

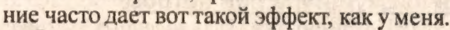
Первый курс физиопроцедур я проходила в стационаре. Мне последовательно проводили воздействие на суставы пальцев рук, а потом на область коленей. И уже через неделю я увидела, что отеки спали, и распухшие суставы стали уменьшаться в размерах. Ходить стало намного легче. После трехнедельного лечения мне захотелось жить! Я поверила в физиотерапию и решила продолжить лечение дома, для чего в аптеке приобрела портативный магнитный прибор - аналог того, каким меня лечили в больнице.

Врач не советовал лечить суставы без перерыва, хотя мне хотелось продолжать. Нужно было сделать перерыв хотя бы один месяц. Так как магнитотерапия действует местно, я решила во время перерыва полечить больные придатки. Уже после четвертой процедуры на нижнюю часть живота тянущие боли в паху прекратились. Но я продолжала лечиться 18 дней.

Самым неожиданным для меня стало то, что одновременно с исчезновением болезненности “по-женски” прекратились и проявления цистита, которые до этого мучили меня практически каждую неделю.

Когда закончилось мое лечение женских проблем, как раз подошел срок продолжить лечение суставов, и я с огромным энтузиазмом принялась за дело. Второй курс магнитотерапии на суставы совсем привел меня в норму, я стала безболезненно ходить, а мои колени и пальцы приняли обычный вид, как до болезни. Я даже смогла вязать, чего не делала уже много месяцев.

Радостная, я пошла на прием к своему врачу, чтобы рассказать о результатах лечения, и выразить свою благодарность. Врач советовал мне ни в коем случае не забрасывать физиопроцедуры и проводить поддерживающее лечение, чтобы не допускать новых обострений. Он сказал, что такие результаты лечения для него не новость - в случае хронических болезней, когда организм уже не воспринимает лекарства, физиолечение часто дает вот такой эффект, как у меня.



Я стала очень интересоваться физиотерапией, читать специальную литературу. Уже абсолютно сознательно приобрела устройство для теплотерапии, которым начала лечить свой хронический бронхит. Я им прогревала грудную клетку. После трех прогреваний мне показалось, что кашель усилился, но стал мягче, а в груди как будто что-то начало чавкать. На четвертый день у меня при откашливании стала выходить темная густая слизь, которая шла два дня. Лечение мы продолжали. Дышать становилось все легче. Через две недели прогреваний кашель совсем прекратился. Я стала дышать полной грудью, хорошо спать, и мне перестали сниться кошмары. Муж сказал, что у меня даже изменился цвет лица - щеки порозовели, а в глазах появился блеск.

Теперь я два раза в год провожу профилактические курсы на суставы и низ живота. Раз в год, перед наступлением холодов, провожу курс теплотерапии грудной клетки, и с тех пор ни разу так и не кашлянула. Мужу я лечила магнитным полем варикозное расширение вен, а дочке - гастрит. Они тоже, глядя на меня, стали горячими поклонниками физиолечения.

***А. Б. ХОЛОДОВА*, г. Москва**

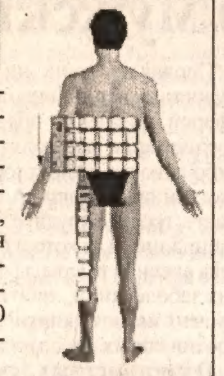
КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА:

В случае лечения больных придатков, как и других внутренних органов, считаю необходимым напомнить всем пациентам о необходимости предварительного обследования, точного диагноза и рекомендации специалиста, так как магнитотерапия имеет ряд противопоказаний, как и другие виды физиолечения. ***И.П. КОНДРАШОВА*, врач общей практики**

ЛЕЧЕНИЕ аппаратом АЛМАГ-02
(выписки из инструкции)

Лечение остеохондроза и его осложнений

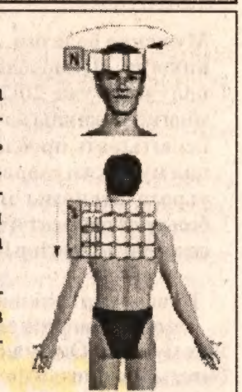
На курс 15 процедур. Одна процедура в день. Используются основной излучатель (ОИ) и линейка излучающая гибкая (ЛИГ). Излучатели размещают: ОИ на пояснично-крестцовый отдел позвоночника, ЛИГ на бедре и голени. Задаётся программа №47. Направление магнитного поля: ОИ – бегущее снизу-вверх, ЛИГ – бегущее. Индукция: 20 мТл. Частота 100 Гц. Время воздействия: 15мин.



Лечение гипертонии

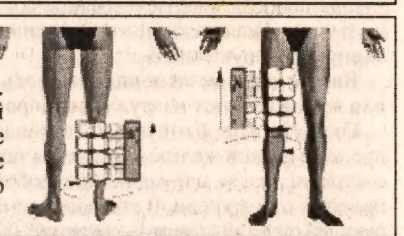
На курс 15 процедур. Одна процедура в день. Повторный курс через два, три месяца. Используются основной излучатель (ОИ) и линейка излучающая гибкая (ЛИГ). Излучатели размещают: ОИ - на шейно-грудной отдел позвоночника, ЛИГ-ом оборачивают голову. Задаётся программа №13.

Направление магнитного поля: ОИ - бегущее сверху – вниз и ЛИГ - бегущее в правовращении. Индукция 20 мТл. Частота: 100 Гц. Время воздействия: 10 мин.



Лечение варикозной болезни

На курс 15 процедур. Одна процедура в день. Повторный курс через 2-3 месяца. Используется основной излучатель (ОИ). Сначала ОИ оборачивают голень больной конечности. Задаётся программа №18. Направление магнитного поля ОИ - бегущее снизу- вверх. Индукция: 20мТл. Частота: 100 Гц. Время воздействия: 10 мин. После окончания воздействия, не выключая аппарат из сети, излучателем ОИ оборачивают бедро больной конечности. Задаётся программа №18. Время воздействия: 10 мин.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Аппарат бегущего импульсного магнитного поля АЛМАГ (АЛМАГ-02)

применяется при лечении

ЛИМФОСТАЗА
ОСТЕОПОРОЗА
ПСОРИАЗА
БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ
МЕЖПОЗВОНКОВЫХ ГРЫЖ
ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА
ИШЕМИЧЕСКОГО ИНСУЛЬТА И ПОСЛЕДСТВИЙ
ОСТЕОХОНДРОЗА, АРТРОЗА, АРТРИТА и др.

*Увеличенная площадь воздействия.

*Несколько типов магнитных излучателей, которыми можно одновременно воздействовать на разные участки тела. Глубина проникновения магнитных импульсов - 15 см.

*Специально разработанные программы для лечения каждого заболевания в зависимости от его стадии (направление магнитных импульсов, частота, сила, полярность).

*Небольшие габариты и стоимость дают возможность применения не только в учреждениях, но и в домашних условиях.

Применение аппарата АЛМАГ-02 при коксартрозе

При коксартрозе основной излучатель АЛМАГА-02 располагают по внешней поверхности бедра, огибая им больной сустав. Тазобедренные суставы относятся к суставам «глубокого залегания» и практически недостижимы для портативных приборов, но глубины проникновения магнитных импульсов АЛМАГА-02 (15 см) достаточно для того, чтобы добраться к больному суставу. АЛМАГА-02 дает возможность одновременного воздействия на сегментарно-рефлекторную зону (пояснично-крестцовый отдел позвоночника) и больной тазобедренный сустав. Такое воздействие многократно повышает результативность лечения и позволяет проводить процедуру 1 раз в день, что экономит время пациента.

История пациента

Я приобрел три ваших прибора, один МАГ-30, а затем и два АЛМАГа. МАГ мы используем при локальных заболеваниях. АЛМАГ это более мощный прибор, позволяющий охватить значительно большие площади, как на поверхности, так и внутри тела. Буквально несколько сеансов и боли исчезают. До приобретения аппарата были такие моменты, когда спуститься по лестнице тяжелее, чем подняться, хруст в суставах, боязнь, что можешь упасть. Применял АЛМАГ, и все исчезло. Вас интересует мой возраст? Мне 74 года. Один из приборов (второй) АЛМАГ мы подарили нашим родственникам, проживающим в Испании. Они тоже им довольны. По моей рекомендации АЛМАГ приобрели 15 человек, и вы знаете, я не слышал ни одного отрицательного отзыва, все меня благодарят. А благодарить-то надо вас! С уважением В.П. Батурин, г. Брянск.

Получите дополнительную информацию на сайте: **www.elamed.kz**

Задайте вопрос по телефону!
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ 8-8000-80-40-40

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

урологический ликбез

МУЖСКОЙ РАЗГОВОР о мужских проблемах

Мужские болезни… Сегодня эта тема актуальна как никогда. «Помолодел» простатит, этот диагноз сегодня получают уже 20-25-летние мужчины. После 40 лет многие мужчины начинают периодически или регулярно испытывать проблемы с потенцией. А после 50-ти лет над мужским здоровьем дамокловым мечом нависает угроза аденомы предстательной железы. Об этом беседуют пациент и специалист по урологии, андрологии, сексологии, доктор Владимир Николаевич ПЕТРОВ.

Почему эти болезни сегодня так распространены?

Главная причина заключается в образе жизни современных мужчин. Они мало двигаются (сидячая работа, автолюбительство), испытывают стрессы, слишком много внимания уделяют социуму, карьере и финансовым достижениям из-за чего у них физически не хватает сил на физкультуру и регулярную половую жизнь.

Каким образом малоподвижность и нерегулярная половая жизнь влияют на мужское здоровье?

От недостатка двигательной активности и половой жизни в предстательной железе образуется так называемый застой – состояние, когда нарушено кровообращение – нормальный приток и отток крови. В этом состоянии при любой провоцирующей ситуации (переохлаждение, инфекция – необязательно половая, даже кариес или ангина) может начаться воспаление предстательной железы, то есть простатит.

Почему аденома предстательной железы – это заболевание старшего возраста?

С возрастом у мужчин происходят изменения в простате, в том числе железистое разрастание ее тканей. Причины до конца не выяснены, считается, что это проявления, так называемого, «мужского климакса». На мой взгляд, и здесь немаловажную роль играют застойные явления в малом тазу и простате. Есть данные, что мужчины старшего возраста, ведущие активный образ жизни и не прекращающие половую жизнь, реже заболевают аденомой.

Почему в наш век, когда медицина так развита, люди по-прежнему страдают от этих болезней?

Первая причина, на мой взгляд, заключается в том, что мужчины, испытывающие какие-либо проблемы с половой сферой, не спешат обращаться к врачу. Они тянут время до последнего и переводят заболевание в хроническую стадию, либо доводят до неотложного состояния, когда уже требуется экстренная помощь. А запущенное заболевание, сами понимаете, гораздо труднее вылечить. Причина вторая – не всегда специалисты, к которым обращаются мужчины, применяют весь арсенал высокоэффективных средств для лечения мужских заболеваний, либо потому что не знают о них, либо потому что имеют совершенно необъяснимое предубеждение против новых технологий и методов лечения.

О каких методах лечения идет речь?

Методы лечения, которые наиболее эффективны при заболеваниях предстательной железы, в настоящий момент заключаются в комплексном воздействии на простату лекарственными препаратами, физиотерапевтическими факторами и в коррекции образа жизни. Дело в том, что застойные явления, которые всегда присутствуют в предстательной железе при хроническом простатите, не позволяют лекарственным препаратам проникнуть туда в нужном объеме. Физиотерапия устраняет застойные явления в простате и позволяет создать в ней необходимую концентрацию лекарственных средств.

Какие физиотерапевтические средства вы можете посоветовать мужчинам?

В стандарты лечения заболеваний предстательной железы входят такие виды физиотерапии, как магнитотерапия и теплотерапия. Это не случайно. Эти факторы доказали свою высокую эффективность в лечении мужских заболеваний - они усиливают действие лекарств, снимают застойные явления, сокращают сроки лечения. Так что не надо заново изобретать велосипед. Аппаратура, включающая эти физические факторы, используется в урологических кабинетах. Есть уже и портативные аналоги - что очень удобно для пациентов. И здесь, как врач, я обязан напомнить, что лечение ими в домашних условиях возможно только после обследования у специалиста.

Когда нужна помощь...

полезные советы

Моя дочь во время беременности заболела гриппом. Так как почти никаких лекарств ей нельзя было принимать, болезнь протекала тяжело - высокая температура, пошло осложнение на почки. Потом ситуация вроде бы нормализовалась, но мой внук Сашенька все равно родился недоношенным, в семь с половиной месяцев. Врач сказала, что грипп спровоцировал преждевременные роды. Сейчас у нас другие проблемы - ребенок очень болезненный, слабый. Постоянно болеет. Чем и как лечить такого маленького ребенка с явно сниженным иммунитетом? Вообще, как лечить ребенка так, чтобы еще больше не навредить ему? С уважением, Вера Николаевна Малышева, Тверская обл.

Ситуация, описанная Верой Николаевной, - к сожалению, не редкость в нашей современной жизни, когда многие беременные женщины работают и не берегутся от напряжения, стрессов и, тем более, случайных инфекций. Хотя того, что случилось с молодой женщиной - грипп во время беременности - нужно и можно было избежать.

Грипп - это вирусное заболевание и во время беременности очень опасен, как для будущей мамы, так и для плода. На ранних сроках беременности грипп может привести к порокам развития ребенка, а на поздних сроках - он может спровоцировать преждевременные роды, а также повышенную кровопотерю у роженицы. Поэтому во время беременности задача самой будущей мамы, а также ее лечащего врача и членов семьи - сделать все возможное, чтобы беременность не осложнилась гриппом. Меры профилактики достаточно просты: избегать мест большого скопления людей; выходя из дома надевать защитную маску; в периоды эпидемий простудных заболеваний проводить ежевечернее прогревание придаточных пазух носа и гортани, чтобы уничтожить вирусы, попавшие за день; побольше отдыхать, принимать витамины и общеукрепляющие средства.

К сожалению, эти меры уже не помогут дочери Веры Николаевны, но, надеюсь, увеличат шансы других беременных женщин остаться здоровыми даже в периоды повальных простудных эпидемий. . Теперь отвечу на вопрос в письме - как лечить маленького ребенка?

Дети, как и беременные женщины относятся к наиболее уязвимым категориям пациентов, которым противопоказано большинство лекарственных средств. Однако, как и беременную женщину, лечить ребенка можно, применяя то же самое - мягкое, безопасное, но не менее эффективное, чем лекарства, средство - теплотерапию.

При насморке и заложенности носа ребенку помогут тепловые процедуры на гайморовы пазухи от специальных медицинских устройств, которые гарантируют нетравматичность лечения. Они обеспечивают мягкую, равномерную и постоянную температуру прогрева, исключают ожоги и стрессовые факторы. Только такие комфортные и безопасные прогревания сухим теплом действительно принесут ребенку пользу, а не вред.

Во время тепловых процедур малыш ощущает только комфорт. В это время он может играть, смотреть мультфильмы, и даже спать. 15-20-минутная тепловая процедура проходит практически незаметно. Очень важно и то, что тепловые процедуры на область лица не только восстанавливают носовое дыхание и ликвидируют насморк, но и формируют местный иммунитет - устойчивость ребенка к новым порциям вирусов. Для детей теплотерапия - просто находка. К тому же применять ее для лечения малышей можно уже с годовалого возраста.

С.В. ЛЕБЕДЕВА

врач-физиотерапевт

23 февраля - красный день календаря!

на правах рекламы

23 февраля – раньше был Днем Советской Армии. А сегодня это – День защитников Отечества и просто используется как повод для того, чтобы поздравить любимых мужчин с их праздником, сказать им, что мы их любим, и порадовать особым, оригинальным и необычным подарком.

А что думают об этом сами мужчины?

Егор, 58 лет: «Мужчин часто просто тошнит от тех подарков, которые женщины им дарят на 23 февраля. Носки, трусы, одеколоны, пена для бритья, бритвы, расчески, открытки, брелки, галстуки... Возникает такое ощущение, что, либо женщины – очень скупой народ, либо – вообще без фантазии...»

Вот так-то, дорогие дамы, девушки и женщины! С этого года давайте забудем о наших стандартных наборах подарков на 23 февраля, проявим чуткость, фантазию и любовь к своим мужчинам. Какие же полезные и оригинальные подарки мы можем им подарить?

Подарок сыну (внуку). Мальчикам и юношам в возрасте до восемнадцати лет будет приятно получить какую-нибудь суперпопулярную компьютерную игру, музыкальный диск, мобильный телефон, возможен вариант с билетом на концерт любимой группы.

Подарок для мужа. Мужчинам от двадцати пяти лет можно подарить билет на хоккей. Какую-нибудь вещь, изготовленную своими руками (свитер, шарф). Хороший набор инструментов. Бизнесмену можно подарить кожаный портфель, барсетку. Мужчине-автомобилисту – что-нибудь для автомобиля: GPS-навигатор, автомагнитолу, новые чехлы на сиденья. Для мужчин-компьютерщиков приятна будет беспроводная мышка, клавиатура с горячими клавишами, «объемистая» флешка.

Подарок для папы и дедушки. Мужчины зрелого возраста (после 50 лет), скорее всего, по достоинству оценят практичный подарок – например, медицинский прибор, помогающий самостоятельно, не выходя из дома, подлечиться, укрепить здоровье. Мужчины вообще не любят ходить по больницам и обращаются за медицинской помощью только в самых крайних случаях. Поэтому обязательно обрадуются возможности решить проблемы со здоровьем, привести себя в форму без лишних хлопот. Какой прибор подарить? Это может быть МАВИТ (УЛП-01 «ЕЛАТ») - устройство для лечения хронического простатита. Или это может быть АЛМАГ-01 - прибор для лечения опорно-двигательного аппарата, гипертонии, язвы желудка и т.д. То есть заболеваний, от которых ни мужчины, ни женщины с возрастом не застрахованы.

Выбирайте подарок с любовью. И пусть наши мужчины будут счастливы! Ну, хотя бы один день в году. А там, глядишь, это состояние растянется аж до следующего праздника.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Специализированное информационно-рекламное издание для медицинских и фармацевтических работников "Аптечка ЕЛАМЕДа". Учредитель и издатель: ОАО «Елатомский приборный завод». Главный редактор: Е.А. Шилкина. Выпускающий редактор: Ю.А. Белинская. Адрес редакции (издательства): 391351, Рязанская область, г. Елатьма, ул. Янина, 25. Тел. (49131) 4-38-29. E-mail: admin@elamed.com; http: www.elamed.com. Издание зарегистрировано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Номер свидетельства ПИ № ФС 77-28329 от 25.05.07. Отпечатано в ТОО "Костанайполиграфия" г. Костанай, ул. Мауленова, д.16. Тел.: 8(7142) 28-02-90. Тираж 7500 экз. Заказ № 292. Газета распространяется бесплатно. При перепечатке материалов ссылка на «Аптечку ЕЛАМЕДа» обязательна.